

## Índice

As crianças devem reduzir dose diária de ecrãs .....	1
A tua empresa quer-te feliz.....	2
May quer mais escolas com identidade própria.....	3
"De la ligereza" .....	3

### As crianças devem reduzir dose diária de ecrãs

Os pediatras norte-americanos estão preocupados com a quantidade de tempo que os menores passam diante dos ecrãs, algo que aumentou com a generalização dos *tablets*. Embora reconheçam o potencial formativo das novas tecnologias, alertam que somente alguns poucos conteúdos cumprem os requisitos para produzir efeitos positivos nas crianças

As recomendações da Academia Americana de Pediatria (AAP – American Academy of Pediatrics) publicadas há 4 anos (“Aceprensa”, 30.10.2013) eram dirigidas fundamentalmente a atores alheios à família: os próprios pediatras, as escolas, os governos locais ou a indústria do entretenimento. Todavia, incluíam também uma secção para os pais.

Agora, eles são os principais destinatários das propostas, o que pressupõe um reconhecimento do papel fundamental que a família desempenha no consumo de ecrãs por parte dos mais jovens. As recomendações vêm, além disso, divididas em dois relatórios, consoante a idade dos menores: dos 0 aos 4 anos e dos 5 aos 18.

A mensagem central continua presente: antes dos dois anos, o mais recomendável é que não se usem ecrãs com as crianças, a não ser talvez para as chamadas de vídeo. Depois, o consumo pode aumentar pouco a pouco até chegar a um máximo de uma hora diária aos 5 anos, mas só de conteúdos de qualidade.

Daí para a frente, já não é fixado um limite estrito de tempo, mas insiste-se noutro tipo de recomendações: fixar um plano concreto de uso adequado à idade, reservar momentos para a atividade física e o sono, evitar que as crianças tenham um dispositivo digital no seu quarto ao ir dormir (televisão, telemóvel, *tablet* ou computador) e que tenham estado diante de algum ecrã uma hora antes de irem para a cama, etc.

Outro grupo de recomendações incide especialmente na promoção de um ambiente tecnológico saudável no seio da família. Por exemplo, a AAP propõe que cada lar defina um plano sobre uso de ecrãs, com normas claras e que envolva também os adultos. É bom igualmente estabelecer tempos “livres de tecnologias”, como as refeições ou a hora dos trabalhos de casa escolares. Por último, os pediatras pedem aos pais que utilizem as tecnologias com os seus filhos.

Um dos motivos mais citados pelos pais para deixar que os seus filhos passem tempo diante de algum ecrã é conseguir que se acalmem. A AAP adverte que os adultos devem procurar alternativas mais enriquecedoras para o lazer familiar. Os jogos em que as crianças interagem mental e fisicamente, salientam, são especialmente importantes nos primeiros anos de vida, e ajudam a desenvolver a imaginação, as competências sociais e a coordenação motora.

Outro risco associado às tecnologias é o de prejudicar a capacidade de atenção, sobretudo quando os mais pequenos se acostumam à multitarefa. É conhecida, por outro lado, a relação entre o uso excessivo dos ecrãs e determinados problemas de saúde, como a pouca quantidade e má qualidade do sono ou a obesidade.

Entre as crianças com menor idade aparecem outros riscos, como a exposição a conteúdos violentos e sexuais, ou a

possibilidade de comunicarem com estranhos através das redes sociais ou dos jogos de vídeo *online*, segundo revela um relatório de 2014 realizado pela agência Family, Kids & Youth.

Por outro lado, metade dos alunos do ensino primário e 70 % dos do secundário diziam ir para a cama com o telemóvel ou o *tablet*. Cerca de 40 % de ambos os grupos tinham-se sentido por vezes “dependentes” da Internet. A principal causa não foram os jogos, mas o consumo de vídeos. A percentagem dos que reconheciam que as tecnologias eram um poderoso fator de distração quando faziam os trabalhos de casa escolares era bastante elevada, e aumentava com a idade.

Outro dado revelador, que tem ligação com as recomendações da AAP: entre os estudantes do ensino secundário inquiridos, quatro em cada dez explicava que na sua casa mal se falava em família, porque cada um estava ligado ao seu próprio dispositivo. Isto mostra que a AAP fez bem em centrar as suas recomendações na família.

## A tua empresa quer-te feliz

São cada vez mais as empresas que situam a felicidade dos seus empregados entre as suas prioridades. Os dias de desenvolvimento pessoal, uma assinatura para um ginásio ou os cursos de ioga e *mindfulness* são algumas das iniciativas destinadas a conseguir trabalhadores felizes e identificados com a sua empresa. Contudo, por detrás deste aparente altruísmo pode esconder-se o interesse em converter a felicidade do empregado num recurso útil ao serviço da empresa.

Um trabalhador pouco identificado com a sua empresa é pouco produtivo. Este é o raciocínio que fazem muitas empresas, e não lhes faltam motivos de inquietação: segundo um estudo publicado pela Gallup, somente 30 % dos empregados norte-americanos sentem-se “comprometidos” com a sua empresa. Entre aqueles que não o estão, 18 % contribuem com as suas queixas para o mau ambiente do pessoal.

À luz destes dados, compreende-se que o grande medo de muitos dirigentes já não se relacione com as reivindicações dos sindicatos, mas com os bocejos dos seus empregados, como afirma em “The Atlantic” (6.6.2015) o sociólogo William Davies, professor na Goldsmiths, Universidade de Londres. O problema complica-se se tivermos em conta que os empregos que mais proliferaram nas últimas décadas não exigem esforço físico, mas mental.

Como lutar contra a apatia, a falta de envolvimento ou as ausências persistentes? Muitas empresas pretendem mitigar esta cicatriz através de uma “higiene da felicidade”, nas palavras de um artigo publicado na “The Economist” (24.9.2016).

Esta nova higiene abriu as portas de muitas empresas a um novo tipo de consultores, especializados em ensinar como alcançar uma “saúde psicossomática” ótima. Destaca-se a consultora Delivering Happiness, liderada por Toni Hsieh, que defende colocar em cada empresa um diretor executivo de felicidade.

O texto em “The Atlantic” menciona os cursos que oferecem outros gurus da felicidade, como Tim Ferriss ou Jim Loehr; o deste último está avaliado em 4900 dólares por dois dias e meio. Trata-se de um tipo de consultoria de contornos difusos, que atravessa aspetos como a psicologia da motivação, o treino desportivo e a nutrição. Uma combinação que não é raro “ser acompanhada por pequenas doses de neurociências e práticas de meditação budista”, acrescenta Davies.

Algumas empresas dos Estados Unidos e Canadá estabeleceram que, além dos dias de férias, cada empregado possa contar com um dia para o seu “desenvolvimento pessoal”. Num artigo para o “Le Monde” (11.9.2016), Caroline Talbot menciona algumas destas iniciativas, habituais entre as PME's norte-americanas. “Queremos que te centres em ti mesmo. É o teu dia, investe em ti”, diz o diretor de pessoal da G Adventures, uma agência de viagens canadiana.

Também o Google oferece aos seus empregados cursos de *mindfulness* para os ajudar a evitar o *stress* e a depressão. Neles ensina-se a importância do sacrifício, da humildade e da compaixão no escritório. “Ser amado é bom para a tua carreira. Se gostarem de ti, as pessoas trabalharão mais para ti”, diz Chade-Meng Tan, alto executivo do Google que está à frente do seminário (“Aceprensa”, 23.3.2015). Como se vê pelas suas palavras, em todas estas iniciativas há algo mais do que mero altruísmo.

Que ideia de felicidade se está a impor nas empresas? Tal como explica Laura Freeman em “The Spectator” (25.6.2016) “pegou a ideia de que a felicidade é como levantar pesos; se se trabalhar suficientemente duro, desenvolver-se-á um músculo da felicidade duro como uma rocha”.

Nesta perspetiva, o nível de felicidade de uma pessoa pode sempre aumentar através de um curso de *mindfulness* ou de algumas horas de ioga. E se estas terapias não resultarem, existe um leque cada vez mais amplo de *apps* que podem ser descarregadas gratuitamente no *smartphone*: Headspace, Live Happy, Happier, Lift, HealthyHappy ou Happify...

No fundo, trata-se de entender a felicidade como se fosse um produto quase tangível, que pode ser obtido por si mesmo, inclusivamente comprado, e não uma forma de plenitude vital formada pela combinação de muitos ingredientes.

Perante a ameaça de tantos empregados desmotivados, esta ideia de felicidade como algo quantificável é apresentada como uma tábuca de salvação para muitas empresas. Nas palavras de Davies, “as noções de saúde, felicidade e produtividade tornam-se cada vez mais difíceis de distinguir entre si. Os empresários acabam por tratar as três como se

fossem uma mesma entidade, capaz de ser otimizada através de uma série de estímulos e instrumentos”.

P. A.

## May quer mais escolas com identidade própria

As novas ideias do governo britânico em matéria de educação vão contra a corrente e suscitaram polémica no próprio partido conservador. Estão incluídas num *livro verde* (um esboço de projeto de lei) que o executivo está disposto a negociar e que submeteu a discussão pública. Se houver aprovação, significaria uma mudança importante na política educativa das últimas décadas, centrada em integrar os alunos de todas as capacidades e estratos socioeconómicos nas chamadas *comprehensive schools*.

A proposta de Theresa May parece ter tomado todos de surpresa, incluindo alguns membros do seu partido. Num momento em que a ideia de separar estudantes por capacidades se converteu em anátema dentro do debate educativo, a primeira-ministra sugere criar mais *grammar schools*. Estes centros de ensino secundário escolhem os seus alunos entre os de melhores notas de um exame efetuado aos 11 anos e preparam-nos para frequentar os estudos universitários. Além disso, May quer aumentar a capacidade dos centros confessionais financiados pelo Estado para selecionar os estudantes de acordo com a sua fé.

O manifesto do partido conservador publicado em 2015 já salientava a intenção de “permitir que todas as boas escolas se expandam, sejam do tipo que forem”. Mesmo assim, poucos esperavam que o executivo se atrevesse a tocar num ponto historicamente controverso, sobre o qual se havia alcançado consenso entre os dois grandes partidos desde que a lei de educação de 1998 proibiu abrir novas *grammar schools*.

Estas escolas chegaram a matricular 25 % dos alunos no início dos anos 60. Dos cerca de 2000 centros de então, restam hoje 163 em Inglaterra, mais 67 na Irlanda do Norte, que agrupam 5 % da população estudantil.

O governo manifestou várias vezes a sua vontade de aumentar a capacidade de escolha dos pais, de forma a que – nas palavras da primeira-ministra – “cada aluno, seja qual for a sua proveniência, chegue tão longe como as suas capacidades lho permitam”. May considera que as *grammar schools* podem ser uma grande plataforma de promoção social, especialmente para os estudantes talentosos de estratos económicos ou socioculturais mais baixos.

No entanto, muitos consideram que aumentar o número de *grammar schools* vai produzir justamente o contrário. Alguns estudos salientaram que, embora estas escolas prestem um grande serviço aos estudantes que conseguem entrar, prejudicam em contrapartida as escolas à sua volta: por um lado, ao retirar do sistema estatal os alunos melhor preparados, evitam o “efeito contágio”, que beneficia os que têm piores notas; por outro, funcionam também como um íman em relação aos melhores professores. Além disso, foi criticado que o exame de acesso beneficia os candidatos que dispõem dos meios para o preparar (aulas particulares, programas específicos no seu centro primário, etc.), que costumam ser também os de estratos socioeconómicos mais elevados.

O governo está consciente destas preocupações, e condicionou a abertura de novas *grammar schools* a que cumpram vários requisitos. Em primeiro lugar, que exista procura. Além disso, estes centros vão situar-se prioritariamente em zonas pobres. Por outro lado, terão de reservar uma parte dos seus lugares para estudantes desfavorecidos, e deverão promover a abertura de outra escola não seletiva na mesma zona.

Parece claro que o governo terá de negociar – e provavelmente recuar alguma coisa – a sua proposta inicial se quiser que seja aprovada pelo Parlamento.

Um dos setores que mais pode ressentir-se com a aprovação de mais *grammar schools* é o das escolas confessionais financiadas com dinheiro público. Estes centros, embora não dependentes das autoridades educativas locais, que gerem os públicos, estão sujeitos a uma restrição quanto à seleção dos estudantes: só podem utilizar critérios religiosos para determinar a concessão de 50 % dos lugares.

Na prática, esta norma dissuadiu diversas organizações cristãs e de outros credos de abrir novos centros. O resultado é que atualmente são confessionais apenas um quinto das escolas financiadas pelo Estado mas de gestão própria.

Agora, o plano apresentado pelo governo propõe eliminar o limite ao critério religioso na seleção. Embora a medida esteja aberta a todas as confissões, o setor católico pode vir a ser especialmente reforçado. Os seus centros contam com uma grande reputação académica, e daí serem os mais solicitados pelos pais. Além disso, têm tido mais alunos de minorias étnicas do que a média, pelo que demonstraram ser um importante canal de mobilidade social.

## “De la ligereza”

“De la légèreté”

Autor: Gilles Lipovetsky

Anagrama. Madrid (2016)

344 págs.

Tradução (castelhano):

Antonio-Prometeo Moya

Gilles Lipovetsky propõe no seu último ensaio a ligeireza como um espelho onde se reflete esta época hipermoderna. Na linha da modernidade “líquida” de Zygmunt Bauman (“Aceprensa”, 7.12.2016), não designa uma atitude individual perante a vida, mas um modo de funcionamento cultural e económico que se impõe com alcance global e tem a força para construir uma civilização de novo cunho que conquista todos os dias novos territórios: a *civilização do ligeiro*. Longe de ver na ligeireza um ideal estilístico ou um vício moral, Lipovetsky sublinha o seu potencial revolucionário. Como paradigma transversal, é “hoje a maior força de transformação do mundo”.

Nem apologia nem condenação moral ou política, o livro pretende exclusivamente analisar este fenómeno como uma constante antropológica do imaginário e, conseqüentemente, como um princípio de organização social reconhecível em qualquer época. Para isso, examina com agudeza figuras observáveis da emergente civilização do ligeiro, que promove a exaltação do bem-estar material e o autogoverno pessoal. A sua análise destaca a sua marcada condição hipermoderna tanto como os seus fracassos em matéria de felicidade. A ligeireza é uma aspiração legítima, mas não o princípio supremo do atuar humano.

O consumo e a economia capitalista servem tanto para o aligeiramento da vida, para o bem-estar individual e social, como para a proliferação de novas formas de tornar a vida pesada. A generalização lúdica do consumo, a industrialização da ligeireza, contribui para a busca incessante de emoções, imagens e objetos; em resumo, para o desenvolvimento da obesidade insólita do mercado e do poder financeiro global. O hiperconsumidor deve trabalhar cada vez mais para poder consumir. A ligeireza despreocupada, a abundância feliz, são acompanhadas pela necessidade de um consumo ecológico e responsável. Não obstante, não parece provável que a frugalidade feliz substitua a frivolidade consumista no futuro.

Para Lipovetsky, o interesse pelo espiritual relaciona-se unicamente com a procura de maior bem-estar. O *Homo religiosus* responderia ao mesmo paradigma da ligeireza: a religião *à la carte*, sem exigências.

A revolução do ligeiro manifesta-se igualmente nas nanotecnologias, na moda, na arte, ou na relação com o corpo. O desejo de magreza, juventude e saúde, a prática de desportos aéreos e o fomento das práticas de bem-estar são expressão de uma cultura hedonista que legitima a atenção a si próprio. Reaparece o narcisismo do *Homo psicologicus* que Lipovetsky descrevia há alguns anos em “L'Ère du vide” (“Era do vazio”). O paradoxal é que esta cultura narcisista torna a vida mais pesada, em vez de a aligeirar.

Ao longo de todo este ensaio, Lipovetsky sublinha tanto as vantagens como os fracassos e efeitos perversos da

civilização do ligeiro. O pensador francês evita a sua condenação, mas a sua conclusão é inapelável: não nos tornou mais felizes. Para superar o hedonismo, sem perder as virtudes da ligeireza, volta o olhar para Nietzsche. Todo um brinde ao Sol que quem sabe se não aumenta o desencanto. Uma imagem repetida ao longo destas páginas é a de Ícaro: por detrás do voo para o Sol, vem sempre o pesadelo da queda.

L. F.

